

**スポーツ**  
問合せ 文化スポーツ課 生涯学習担当 ☎62-0824

●**嵐山町スキー教室 参加者募集**

**日時** 平成26年2月8日(土)～9日(日)  
**場所** 長野県白樺湖ロイヤルヒルスキー場  
(白樺湖ロイヤルホテル泊)

※役場駐車場午前7時出発

**対象** 小学4年生以上

**定員** 120名まで

**費用** ①小学生15,000円 ②中学生以上18,000円

※講習、リフト券、宿泊(1泊3食)、保険、交通費込み。レンタル希望の場合は、スキー一式4,000円(板、ブーツ、ストック)、手袋・帽子・ゴーグル一式1,500円、ウェア2,500円が別途必要です。

**申込み** 1月10日(金) 19時～町民ホールで受付

問合せ 文化スポーツ課 ☎62-0824

●**第19回ミックスダブルスバドミントン大会参加者募集**

**日時** 1月26日(日) 9時より受付

**場所** 玉ノ岡中学校 体育館

**種目・対象** ミックスダブルス1部・2部(共に一般男女オープン)・中学生の部(女子ダブルスのみ)

**費用** 1チーム 1,000円(中学生以下は無料)

全ての参加者の方は、シャトルを各自で用意してください。

**申込み** 1月17日(金)までに文化スポーツ課へ

☎62-0824へ

●**第22回嵐山町秋季バレーボール大会**

**日時** 10月20日(日)(嵐山町B & G海洋センター)

**優勝** 嵐山セブン



●**第33回嵐山チャリティーゴルフ大会結果**

**日時** 10月8日(水)(嵐山カントリークラブ)

一般の部 **優勝** 今野 清  
**準優勝** 坂本 敏一  
**第3位** 茂木 伸一  
シニアの部 **優勝** 茂木 伸一  
女子の部 **優勝** 小澤 享子

ベストグロス 一般の部 永島 健司 (82)  
シニアの部 茂木 伸一 (84)  
女子の部 奥田 あつ子 (92)

なお、同大会より60,000円のチャリティー募金を社会福祉協議会へ寄附いただきました



●**第38回 嵐山町剣道大会**

**日時** 10月26日(土)

海洋センタートレーニングルーム

**小学生 低学年の部**

**優勝** 荻野 玲央  
**準優勝** 國峯 陽音  
**3位** 田村 一樹

**小学生 高学年の部**

**優勝** 篠崎 陽斗  
**準優勝** 西澤 十星  
**3位** 安田 涼華 **3位** 加藤 綾

**中学生 男子の部**

**優勝** 長尾 菜旺輝  
**準優勝** 萩原 賢吾  
**3位** 安田 隼也 **3位** 原島 秀斗

**中学生 女子の部**

**優勝** 関口 和  
**準優勝** 根岸 祐奈  
**3位** 福島 彩乃 **3位** 高荷 彩佳

**一般の部**

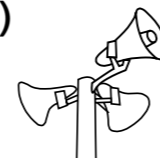
**優勝** 内田 淳也  
**準優勝** 中嶋 暢彦  
**3位** 萩原 政則 **3位** 松本 康彦

**嵐山町防災無線電話応答サービス**

**0120 - 62 - 3900**  
(フリーダイヤル)

もう一度確認したいとき！  
よく聞こえなかったとき！

放送は24時間保存されています。



**保健・健康づくり**  
場所の記載のないものは健康増進センター  
問合せ 健康いきいき課 健康管理担当 ☎62-0716

●**乳児相談**

**日時・対象** 1月10日(金) 9時30分～10時30分  
乳児(0歳児)

**持ち物** 母子健康手帳

※ご兄弟・姉妹で乳児と幼児のお子さんがいらっしゃる場合、ご利用できます。

●**9～10か月児健診**

**日時** 1月9日(木) 13時～13時40分受付

**対象** 健診日現在生後9～10か月のお子さん

**持ち物** 母子健康手帳・バスタオル

●**1歳6か月児健診**

**日時** 1月21日(火) 12時50分～13時30分受付

**対象** 平成24年6月～7月生まれのお子さん

**持ち物** 問診票・歯に関するアンケート・母子健康手帳

●**離乳食教室**

**日時** 1月31日(金) 9時30分～11時30分  
(9時20分受付)

**対象** 8～11か月児のお子さんとお母さん

**テーマ** 簡単な離乳食の作り方(実習)

**定員** 10組程度 ※お子さんと一緒にお越しください

**費用** 100円(食材料費)

**持ち物** 母子健康手帳、食材料費100円、子守帯、エプロン、三角巾、筆記用具、飲み物、おもちゃなど

**申込み** 1月9日(木)～1月24日(金)

●**くれよんキッズ全体集会**

**日時** 1月17日(金) 10時30分～12時

**テーマ** 「新年会」

※見学・新規希望者は健康いきいき課まで

●**ヘルスアップクッキング講座**

**日時** 1月24日(金) 10時～13時 9時50分受付

**対象地区** 千手堂地区

**場所** ふれあい交流センター

**テーマ** 「『ヘルシオ』生活でメタボ予防～塩分軽めのおいしい料理のコツ」

**メニュー** ・さばのごま焼き  
・白菜サラダ ほか

**持ち物** エプロン、三角巾、健康手帳(お持ちの方)

**費用** 1人300円(食材料費)

※対象地区以外で参加希望の方は1月17日(金)までに申し込みください。

●**健診後の健康相談**

平成25年度に特定健診や人間ドックをご利用いただいた方(健康保険の種類に関わらずご利用できます)

を対象に、食事や運動など生活習慣改善に関する相談を行います。

**対象者** 健診の結果、生活習慣の改善が必要と診断された方(メタボリックシンドローム基準該当と予備軍該当の方は特定保健指導をご利用ください。)

**日時** 1月23日(木)

13時、13時30分、14時、14時30分、15時受付

**定員** 受付時間ごとに5名(先着順)

**内容** ①受付 ②問診 ③検査(検尿、体脂肪測定、血圧測定・・・必要な方のみ) ④相談【日常生活(保健師)、栄養(栄養士)、運動(健康運動指導士)】

**持ち物** 健康手帳(お持ちの方)、健診の受診結果

**申込み** 1月16日(木)まで

**子育て情報**

●**子育て広場「レピ」・ふれあい教室**

【北部交流センター会場】

子育て広場は、毎週月・木曜日10時～12時まで開館しています。

**ふれあい教室 ぱんだ**

**対象** 就学前のお子さんとその親  
(赤ちゃん体操は0歳児対象)

**時間** 10時30分～11時

1月6日(月)	手遊び・おはなし
1月9日(木)	赤ちゃん体操
1月16日(木)	手遊び・リズム体操
1月20日(月)	手遊び・おはなし
1月23日(木)	骨盤体操・アロマ(保育付)
1月27日(月)	手遊び・製作
1月30日(木)	手遊び・リズム体操

骨盤体操は出産や抱っこでゆがんだ骨盤を整えるママのための体操です。体操中はスタッフがお子様をお預かりしますので、ゆったりのおんびり参加できます。  
※赤ちゃん体操はバスタオルをお持ちください。

【ふれあい交流センター会場】

**ふれあい教室 うさぎ**

**対象** 就学前のお子さんとその親

**時間** 10時30分～11時

1月27日(月)	親子体操
----------	------

【町民ホール会場】

**ふれあい教室 こあら**

子育て広場は10時～14時まで開館しています。

**対象** 就学前のお子さんとその親

**時間** 10時30分～11時

1月10日(金)	親子体操
1月17日(金)	手遊び・リズム体操
1月24日(金)	親子体操
1月31日(金)	手遊び・製作